

แต่จะวัยไหน นอกจากเตรียมใจ
ต้องเตรียมตัวให้พร้อม



นอนหลับพักผ่อน

ให้เพียงพอ ไม่น้อยกว่า 5 ชั่วโมง

สุขภาพร่างกายแข็งแรง

พร้อมที่จะบริจาคโลหิต



ทานอาหารประจำมือ

ก่อนมาบริจาคโลหิต

****เลี่ยงอาหารไขมันสูง****

ดื่มน้ำ

ในปริมาณที่มาก 300 - 500 ซีซี

ก่อนและหลังบริจาคโลหิต



งดเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ 24 ชั่วโมง

ก่อนและหลังบริจาคโลหิต

งดสูบบุหรี่ 1 ชั่วโมง

ก่อนและหลังบริจาคโลหิต



ไม่มีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

ท่านสามารถบริจาคโลหิตได้ที่

ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ สภากาชาดไทย
เปิดทำการ

วันจันทร์ - ศุกร์ (ไม่หยุดพักกลางวัน) เวลา 07.30-19.30 น.
วันเสาร์ - อาทิตย์ และวันหยุดนักขัตฤกษ์ เวลา 08.30-15.30 น.

สแกนค้นหาจุดรับบริจาคโลหิตใกล้ท่าน



สถานที่บริจาคโลหิต



"อย่าใช้! การบริจาคโลหิต
เป็นการตรวจสอบเลือด
ในกรณีไม่มั่นใจ"

"หลังบริจาคโลหิต ถ้าไม่สบาย หรือไม่มั่นใจ
ว่าโลหิตที่บริจาคปลอดภัย หรือมีข้อสงสัยเกี่ยวกับการบริจาคโลหิต
โปรดแจ้งหน่วยงานที่ท่านบริจาคโลหิต"



ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ สภากาชาดไทย

ถ.อังรีดูนังต์ ปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330

โทร. 0 2256 4300, 0 2263 9600-99 ต่อ 1101

www.thaibloodcentre.redcross.or.th [f](#) ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ สภากาชาดไทย
[x](#) @GiveBloodThai [v](#) @nbctr [i](#) Nationalbloodcentretai [y](#) Blood Donation Thai

ฝ่ายจัดหาผู้บริจาคโลหิตและสื่อสารองค์กร

พิมพ์ มิถุนายน 2567

สูงวัย
บริจาคโลหิต
ได้หรือไม่?



"โปรดตอบคำถามเกี่ยวกับสุขภาพ
ตามความเป็นจริง
เพื่อความปลอดภัยทั้งผู้ให้และผู้รับ"

ชาวสูงวัย เตรียมตัวอย่างไร ก่อนบริจาคโลหิต



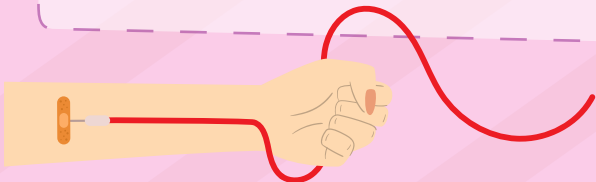
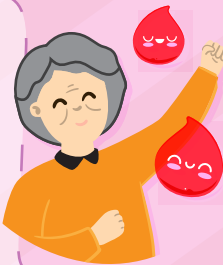
บริจาคโลหิตครั้งแรก
เมื่ออายุไม่เกิน 60 ปี

ผู้บริจาคที่เป็นผู้สูงวัย
ต้องบริจาคครั้งแรก
เมื่ออายุไม่เกิน 60 ปี
และหากบริจาคโลหิต
เป็นประจำอย่างต่อเนื่อง
ก็สามารถบริจาคโลหิต
ได้อันถึงอายุ 70 ปี



ผู้บริจาคโลหิตที่มีอายุ
65-70 ปี จะสามารถ
บริจาคโลหิตทุกๆ 6 เดือน
ไม่รับบริจาคในหน่วยเคลื่อนที่
สามารถเดินทางมาบริจาค

- ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ สภากาชาดไทย
- ภาคบริการโลหิตแห่งชาติ ทั่วประเทศ
- โรงพยาบาลสาขาบริการโลหิตทั่วประเทศ



สุขภาพแข็งแรง ไม่ป่วย
ด้วยโรคที่ห้ามบริจาคโลหิต

บริจาคโลหิตได้

เบาหวาน

ไม่ฉีดอินซูลิน ไม่มีโรคแทรกซ้อน

ความดันโลหิตสูง

ควบคุมระดับความดันได้ตามเกณฑ์
และไม่มีภาวะแทรกซ้อน

ไขมันในเลือดสูง คอเลสเตอรอลสูง

ไม่มีภาวะแทรกซ้อน

โรคไทรอยด์ต่ำ (Hypothyroid)

ถ้ารักษาจนระดับฮอร์โมนไทรอยด์ปกติ
ไม่ต้องปรับยาใน 2 เดือน

พาหะราล์สซีเมีย

หากความเข้มข้นโลหิตผ่านเกณฑ์



งดบริจาคโลหิต

วัณโรค

รักษาหายแล้ว ทานยาครบคอร์ส
เว้นอย่างน้อย 2 ปี

โรคหัวใจ

งดเว้นการบริจาคโลหิตถาวร

โรคเมะเร็ง (ทุกชนิด)

งดเว้นการบริจาคโลหิตถาวร



ยาและอาหารเสริม
ที่รับประทานประจำไม่เป็นอุปสรรค

กลุ่มที่รับประทานแล้วยังบริจาคโลหิตได้

- ยาแก้ปวดพาราเซตามอล (เมื่อไม่มีอาการปวดแล้ว)
- ยาแก้แพ้ (เมื่อไม่มีอาการแล้ว)
- ยาลดกรดกลุ่ม กรเอดส์ (กรณีบริจาคเกล็ดเลือด เว้น 2 วัน หลังหยุดยา)
- ยาแก้ปวดกลุ่ม NSAIDs (กรณีบริจาคเกล็ดเลือด เว้น 2 วัน หลังหยุดยา)
- ยาความดันโลหิต (ไม่มีโรคแทรกซ้อน ควบคุมความดันได้ดี)
- ยาคุมเบาหวาน (ไม่มีโรคแทรกซ้อน ไม่ฉีดอินซูลิน)
- ยาลดไขมัน
- ยาลดกรด
- ยาลดกรดยูริก
- ยาเคลือบกระเพาะ



กลุ่มที่รับประทานแล้วต้องงดก่อนบริจาคโลหิต

- ยาแก้ปวด ลดอักเสบ (เว้น 2 วัน (ต้องไม่มีอาการแล้ว))
- ยาลดกรดกลุ่ม กรเอดส์ เว้น 2 วัน (ต้องไม่มีอาการแล้ว)
- ขมิ้นชัน เว้น 3 วัน
- น้ำมันตับปลา เว้น 3 วัน
- ยาฆ่าเชื้อ เว้น 7 วัน หลังหยุดยา (ต้องไม่มีอาการแล้ว)
- ยาปลูกผมฟิแนสเทอไรด์ เว้น 1 เดือน
- ยาปลูกผมคัทาสเทอไรด์ เว้น 6 เดือน

